

Instruktorenausbildung **ALPINKLETTERN 2016** - Ausrüstungsliste

BSPA-Innsbruck 2015

Technische Ausrüstung

- Hüftgurt (Brustgurt, wer einen solchen hat ...)
- Kletterhelm (Achtung auf Gebrauchsdauer!)
- Kletterschuhe mit Reibungssohle (gute Passform, die man auch auf langen Touren anhaben kann)
- leichter knöchelhoher Bergschuh mit Profilssole (mit dem man auch Schneefelder begehen kann)
- Einfachseil oder 2 Halbseile (50 – 60 m)
- Sicherungsgerät Tuber mit Platefunktion (z.B. ATC-Guide, Reverso⁴, ...)
- 2 Bandschlingen, vernäht 120 cm Durchmesser (lang)
- 2 HMS-Karabiner
- 4 Karabiner mit Verschlussicherung (in D-Form)
- 2 Schnapper (baugleich)
- 4 Expressschlingen verlängerbar, aus 60 cm (kurzen) Bandschlingen und zwei Schnappern
- 2 Expressschlingen vernäht
- 4 Reepschnüre, Ø 5-6 mm (1m, 3m, 3m, 5m) – aus Dyneema oder Aramid mit Polyamidmantel („reine Polyamidreepschnüre werden nicht mehr akzeptiert!“)
- Set Klemmkeile und Klemmgeräte (6 Keile, 3 Friends/Camalots in mittleren Größen)
- einfache Seilklemme (z.B. Tibloc, ...)
- Kletterhammer und 3 – 5 Felshaken
- Klettersteigset (moderne Bauart mit Bandfalldämpfer) u. Klettersteighandschuhe
- Rucksack (ca. 25 - 30 l), klettertaugliches Modell

Bekleidung, Sonnenschutz, Übernachtung

- Funktionsbekleidung angepasst an Jahreszeit und Tätigkeit
- Sonnenschutz (Brille, Hut, Creme, Lippenschutz)
- Trinkflasche, Proviant (nach Vorliebe für unterwegs)
- Persönliches für Übernachtung und Aufenthalt
(Hüttenschlafsack, Vereinsausweis, Zahnbürstl, Ohrenstöpsl, Hüttenpatschen, Bargeld, ...)

Notfall

- 2-Personen-Biwaksack
- Erste Hilfe Paket
- Stirnlampe (inkl. neuer Batterien)
- Mobiltelefon (+ Ladegerät)

Orientierung

- Kletterführer, Topos des Kursgebiets
- Karte des Kursgebiets (OeAV oder ÖK)
- Höhenmesser (Uhr)
- Schreibzeug

Optional

- Fotoapparat
- GPS
- Fernglas

Fragen zu Ausrüstung jederzeit an: walter.wuertl@alpinovation.at